

オンライン形式で多くの従業員に腰痛予防プログラムを体感 株式会社島津製作所にて「職場でできる！腰痛対策セミナー」を開催

日本生まれのサポーター専門ブランド「MEDIAID(メディアイド)」を展開する、日本シグマックス株式会社(本社:東京都新宿区、代表取締役社長:鈴木洋輔)は、2023年5月31日(水)に株式会社島津製作所の従業員向けに「職場でできる！腰痛対策セミナー」を開催いたしました。

セミナー当日は、現地にて約20名の方に、リモートにて約20名の方に参加いただきました。

なお、セミナーでは、SPINE CONDITIONING STATION(SCS)のコーチングトレーナーである折笠佑太氏より、簡単に取り組むことができる腰痛予防方法を座学・実践形式で説明いたしました。

以下に当日のレポートをご紹介します。

■セミナー開催の背景

株式会社島津製作所では従業員の腰痛といった労働災害防止のために、当社メディアイドのサポーターやアシストスーツなど「ワーカーズケア製品」を活用いただいております。(※)

その一方で、腰痛が原因で仕事を休んだり、腰痛を抱えたまま業務を行うケースもあったことから、当社に相談いただき、その状況を少しでも改善すべく、本セミナーの開催にいたしました。

セミナーでは、当社のスタッフが島津製作所へ訪問しセミナーを進行するとともに、SCSコーチングトレーナーよりオンライン形式で腰痛対策の運動プログラムを提供いたしました。現地・リモートとハイブリッド形式で多くの方が参加され、従業員の皆さまに運動プログラムを実践・体感いただきました。

※株式会社島津製作所での当社製品の活用事例やご感想は、4ページの【参考資料】を参照ください。



▲セミナーには現地約20名、リモート約20名が参加

■セミナー内容

セミナーの前半では、腰痛の原因や腰痛予防の重要性について座学を実施いたしました。

同じ腰痛でも、背骨と背骨の間にあるクッションの役割を果たしている椎間板や、椎間関節、仙腸関節など、痛む組織は様々であり、一人ひとりに合った運動療法が重要です。セミナー後半では、腰痛予防において重要な動きを獲得できるよう、実際に参加されていた従業員の方々にプログラムを実践いただきました。

また、プログラムの前後には参加者全員で腰痛動作のリスクセルフチェックを行い、運動プログラムの効果があったかどうかを自身で体感いただきました。

■セミナーの様子



▲本セミナーはオンライン形式で現地・リモートから参加



▲セミナー前半は腰痛原因や予防方法に関する座学を実施

<本リリースに関するお問い合わせ先>

日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)



▲セミナー後半は、実際に従業員がプログラムを実践・体感



▲モニター越しにコーチングトレーナーが運動中のフォームを確認



▲運動プログラム実施前後には腰痛動作のリスクセルフチェック。2人組で姿勢を確認。

なお、本セミナーのまとめでは、折笠氏より「運動の中身も大事ですが、運動の効果の有無をしっかりと自分自身で検証してもらうことが重要です。また、1回実施して痛くなってしまふ運動は腰痛の予防にはならず、『動きが良くなる』、『動きやすい』という実感できる運動がより効果的であり、身体の使い方を変える意識をし、実施するエクササイズは『変化を感じるもの』を優先的に取り組み、毎日継続していただければと思います。」とのコメントもありました。

■セミナー参加者からの感想

セミナーに参加いただいた方のうち 27 名にアンケートに回答いただいたところ、「大変満足」、「満足」と回答された方は 26 名でした。

また、セミナー参加後の感想として、

- ・その場でできる運動を知ることができた。
 - ・運動の後の効果測定ができて、自身の身体に効果ある運動が分かってよかった
 - ・これまで知らなかった腰痛対処法を知ることが出来た。
- といったコメントもいただきました。



▲セミナー参加者 27 名によるアンケート結果

■企業向け腰痛対策サービスについて <https://mediaid.sigmax.co.jp/special/workerscare/>

<本リリースに関するお問い合わせ先>

日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)

長年の医療領域で培ったノウハウを生かし、サポーターやアシストスーツなどのワークウェア製品を展開している、サポーター専門ブランド「メディエイド」。

サポーターやアシストスーツの装着以外の方法で、働く方の身体、特に腰痛に関する課題を解決しサポートする方法を考えてまいりました。



そこで、腰の痛みの根本原因を特定し、自身で痛みをマネジメントすることを目指す腰専門コンディショニングスタジオ「SCS」とタッグを組み、SCS で提供しているプログラムを元に、企業向けサービスを提供しております。

医学専門家監修による腰のコンディショニングプログラムの実施を通して、従業員の身体機能の状態や腰痛の発生原因、その対処法を理解・実践する場を従業員に提供し、職場での労働災害防止に貢献してまいります。

■SPINE CONDITIONING STATION(SCS)について https://www.sc-station.com/lp_2212/

最先端の医学研究の理論に基づき腰の痛みの原因を特定し、一人ひとりに合った腰のコンディショニングをマスター。トレーナーとマンツーマンで取り組む腰のコンディショニングスタジオです。長年腰痛に悩む方に根本からの解決策を提供したいという思いの元、2021 年に開設。90%以上の方が効果を実感していただいています。(※)



▲コンディショニングはトレーナーとマンツーマンで実施

理学療法士や柔道整復師の資格を持つスタッフに加え、早稲田大学スポーツ科学学術院教授 金岡恒治先生、桐蔭横浜大学スポーツ健康政策学部スポーツテクノロジー学科教授 成田崇矢先生がメディカルディレクターとして運営に参画しています。

※2021 年 10 月～2022 年 7 月 自社調べ

■医療メーカーが生み出すサポーター「MEDIAID(メディエイド)」について <https://www.mediaid-online.jp/>

医療メーカーとして半世紀にわたり整形外科向けのサポーター・固定材料・医療機器を製造し、医療機関向けサポーター出荷額 No.1(※)の日本シグマックスが展開する、生活者向けのサポーター専門ブランド。



▲MEDIAID ブランドアンバサダー 黒谷友香さん

医療現場で求められる機能・品質はそのままに、様々な仕事のシーン、普段の生活シーンでの着用感・快適性を追求した素材選び・ものづくりから、すべての製品を生み出しています。

※(株)日本能率協会総合研究所調べ。2021 年度メーカー出荷額ベース

■日本シグマックス株式会社について <https://www.sigmax.co.jp/>

所在地:	東京都新宿区西新宿 1-24-1
創業:	1973 年 6 月 1 日
資本金:	9,000 万円
代表取締役社長:	鈴木 洋輔
社員数:	265 名(2022 年 3 月末)
売上高:	108.2 億円(2022 年 3 月期)



日本シグマックスは「身体活動支援業」を事業ドメインとし、医療、スポーツ、ウェルネスの分野で人々の身体活動を支援する製品・サービスを提供しています。創業以来「医療」、中でも「整形外科分野」に特化して各種関節用装具やギブスなどの外固定材、リハビリ関連製品などを製造・販売してまいりました。また、医療機器分野では、手術後の冷却療法のためのアイシングシステムのパイオニアであり、国内初のコードレス超音波骨折治療器「アクセルス mini」、超音波診断装置の活用範囲を広げ利便性を飛躍的に変えたポータブル超音波診断装置「ポケットエコーmiruco」など、特徴のある製品を提供しています。

<本リリースに関するお問い合わせ先>

日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)

【参考資料】

■メディエイド ワークスケア製品 導入事例

株式会社島津製作所では、業務上での腰痛や労働災害防止のため、メディエイド ワークスケア製品を導入いただいております。

導入後の感想を頂きましたので、導入事例と併せてご紹介いたします。

【Case1】部品洗浄・防錆作業時に「メディエイド アシストギア」を使用

長時間前かがみの状態で部品一つひとつを洗浄し、防錆作業を行っています。重いものでは10～20kgもの重量の部品の上げ下ろし作業もあり、腰に負担がかかるため、「メディエイド アシストギア」を導入しました。

作業自体は長くて1時間ほどなので、作業時にアシストギアを装着し、終了後に外すようにしています。脱着についても煩わしさは無く、簡単に行うことができます。



▲メディエイド アシストギア
腰ユニット

【Case2】部品研磨作業時に「メディエイドサポーター しっかりガード ヒジ スタンダード」を使用

部品を研磨する作業では、部品一つひとつを、機械を使って研磨するのですが、前腕で機械をコントロールするのに力が加わったり、同じ姿勢で研磨するため、肘に負担がかかっていました。

「メディエイドサポーター しっかりガード ヒジ スタンダード」を導入してからは、研磨作業時に装着すると肘への負担が軽減したように思います。



▲メディエイドサポーター
しっかりガード ヒジ スタンダード

■「メディエイド ワークスケア」スペシャルページ <https://mediaid.sigmax.co.jp/special/workerscare/>



働く環境は、みんな同じ。私たちの身体も同じこと。
もっとアクティブに。もっと快適に。
医療現場で培った技術を、働く人の毎日に。
働くカラダをケアする、変えるWorkers Care。

職場での作業負担軽減、暑熱対策製品の導入・活用、企業向け腰痛対策サービスについて、お気軽にお問い合わせください。

〈お客様窓口〉

TEL:0800-111-3410

受付時間:10時～17時(平日)

※土日、祝日、年末年始を除く

〈本リリースに関するお問い合わせ先〉

日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)